



Risotto mit Lattich und Tomate

Zutaten (3-4 Beilagen)

Ein Risotto mit Gemüse ist eine einfache und gute Hauptmahlzeit, aber auch eine feine Beilage zu Fleischgerichten. Lattich, zwar eher eine Salatpflanze, lässt sich gut im Risotto mitschmoren, denn er ist robust und kann auch wie ein Gemüse zubereitet werden. Dazu entkernte Datteltomaten und alles wird gut (hm... zumindest der Risotto!)

Riso Carnaroli wurde im Piemont extra für die Zubereitung von Risotto gezüchtet. Und es stimmt, mit diesem Reis wird der Risotto schön sämig, während die Körner bissfest bleiben.

200g	Riso Carnaroli
1	Zwiebel
1dl	Weisswein
ca. 6dl	Gemüsebouillon
1/2dl	Olivenöl
3	Datteltomaten
5-6	Lattichblätter
50g	Parmesan gerieben
40g	Butter

Zubereitung

Datteltomaten entkernen und in ca. 1cm grosse Würfel schneiden. Lattich von den dicken Stielen befreien und in ca. 1cm breite Streifen schneiden.

Olivenöl mässig erhitzen und feingeschnittene Zwiebel zugeben, andünsten und nur knapp braun werden lassen. Reis dazugeben und ein paar mal wenden bis er schön glasig ist. Mit Weisswein ablöschen und den Wein einkochen lassen.

Soviel heiße Gemüsebouillon zugeben, dass der Reis grad so knapp bedeckt ist und einkochen lassen. Dies drei bis vier Mal wiederholen, dabei den Reis ständig umrühren. Der Reis sollte immer leicht köcheln. Nach 20 Minuten Tomaten und Lattich zugeben und mitkochen bis der Reis gar ist. Die gesamte Kochzeit beträgt etwa 30 Minuten.

Butter und Parmesan unterrühren. Eventuell noch etwas Bouillon zugießen, bis der Risotto die gewünschte Konsistenz hat.



